

εμπειρίες
Κόστα Ρίκας

Υφαίστειο Αρενάλ
La Fortuna

Ημερήσιες Εκδρομές

21 Πεζοπορία στο Ηφαίστειο Arenal

Το Ηφαίστειο Arenal προσφέρει μια μοναδική ευκαιρία να δείτε ένα από τα πιο ενεργά ηφαίστεια στον κόσμο. Έπειτα από περισσότερα από 400 χρόνια αδράνειας, οι καταστροφικές εκρήξεις του ξεκίνησαν ξανά τον Ιούλιο του 1968 και συνεχίστηκαν μέχρι που το ηφαίστειο εισήλθε σε περίοδο ηρεμίας λίγα χρόνια αργότερα. Επισκεφθείτε τα μονοπάτια El Silencio και το σημείο θέας, από όπου, όταν ο καιρός είναι καθαρός, μπορείτε να θαυμάσετε τον σχεδόν τέλειο κωνικό σχηματισμό του ηφαιστείου. Με υψόμετρο 1.633 μ. πάνω από την επιφάνεια της θάλασσας, διαθέτει έναν κρατήρα βάθους 140 μ., ο οποίος σχηματίστηκε από μια παλαιότερη καλδέρα.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 3 ώρες και 30 λεπτά
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

22 Θερμές Πηγές Eco Termal με Δείπνο

Χαλαρώστε σε φυσικές θερμές πηγές, περιτριγυρισμένες από καταπράσινους τροπικούς κήπους. Οι ήρεμες αυτές πισίνες, που τροφοδοτούνται από τη γεωθερμική ενέργεια του Ηφαιστείου Arenal, προσφέρουν ένα γαλήνιο περιβάλλον με ειδυλλιακά μονοπάτια, πλούσια βλάστηση, καταρράκτες και ήσυχες, απομονωμένες γωνιές. Καθώς πέφτει το βράδυ, απολαύστε ένα γευστικό δείπνο με τοπικές γεύσεις.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Είσοδος και δείπνο

23 Πεζοπορία στο Ηφαίστειο Arenal σε συνδυασμό με τις Θερμές Πηγές Eco Termal και Δείπνο (Απόγευμα)

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 7 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό, σνακ, είσοδος και δείπνο

24 Μονοπάτι Παρατήρησης Βραδύποδων

Αυτός ο περίπατος στο τροπικό δάσος προσφέρει την ευκαιρία να παρατηρήσετε βραδύποδες στο φυσικό τους περιβάλλον — συνήθως εντοπίζονται τέσσερις έως έξι στην περιοχή. Από τα έξι είδη βραδύποδων που υπάρχουν παγκοσμίως, τα δύο ζουν στην Κόστα Ρίκα: ο καστανόλαιμος τρίδακτυλος βραδύποδας, που είναι δραστήριος κατά τη διάρκεια της ημέρας και είναι το συνηθέστερο είδος, και ο νυκτόβιος δίδακτυλος βραδύποδας του Hoffmann. Η διαδρομή ακολουθεί ένα επίπεδο μονοπάτι περίπου 3,2 χλμ. (2 μίλια) μέσα σε μια φάρμα 12 εκταρίων (30 acres), πλούσια σε βιοποικιλότητα, όπου μπορείτε επίσης να δείτε πουλιά, βατράχια, έντομα και πολλά άλλα είδη.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 2 ώρες 30 λεπτά
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

22 26 22 22 www.travel-pass.net


Υφαίστειο Αρενάλ - La Fortuna

25 Κρεμαστές Γέφυρες του Arenal

Διασχίστε τις κρεμαστές γέφυρες του Arenal και, από τα υπερυψωμένα μονοπάτια, θαυμάστε την κόμη του τροπικού δάσους κατά μήκος ενός φυσικού διαδρόμου εξαιρετικής βιοποικιλότητας — όπου φιλοξενούνται αποδημητικά πουλιά από τη Βόρεια και τη Νότια Αμερική, εκατοντάδες είδη λουλουδιών και η πλούσια βλάστηση του παρθένου τροπικού δάσους.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 3 ώρες 30 λεπτά
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

---

26 Πεζοπορία στον Καταρράκτη La Fortuna

Επισκεφθείτε τον Καταρράκτη La Fortuna, κατεβαίνοντας με τα πόδια μέχρι αυτόν τον εντυπωσιακό καταρράκτη ύψους 70 μέτρων, με τις πανέμορφες και δροσερές φυσικές λίμνες στη βάση του.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

---

27 Ιππασία προς τον Καταρράκτη La Fortuna

Μια διαδρομή με άλογο από τη La Fortuna μέσα από χωράφια, βοσκοτόπια και ορεινά τοπία, με την ευκαιρία να παρατηρήσετε τη χαρακτηριστική χλωρίδα και πανίδα της περιοχής. Στη συνέχεια, ακολουθεί πεζοπορία μέχρι τον εντυπωσιακό καταρράκτη ύψους 70 μέτρων και τις πανέμορφες, δροσερές φυσικές λίμνες στη βάση του.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 3 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

---

28 Zip Line – Go Adventure Park

Πετάξτε πάνω από την κόμη του τροπικού δάσους και νιώστε την αδρεναλίνη που αναζητούν οι λάτρεις της φύσης. Απολαύστε επτά διαδρομές zip line που συνδέουν δέκα πλατφόρμες, μια κατάβαση με σχοινί (abseil) 50 μέτρων, μια σύντομη γνωριμία με τον πολιτισμό των Maleku και πρόσβαση σε φυσικές θερμές πισίνες με μεταλλικά νερά. Θαυμάστε το εντυπωσιακό φαράγγι του ποταμού Arenal και την πλούσια χλωρίδα και πανίδα του δάσους, με την ευκαιρία να δείτε και τα τρία είδη πιθήκων της περιοχής, καθώς και τουκάν, κολιμπρί και βραδύποδες.
Η συμβουλή μας: Πραγματοποιήστε τις δραστηριότητες του Go Adventure το πρωί, ώστε να έχετε χρόνο να απολαύσετε τις θερμές πηγές και τα λασπόλουτρα πριν συνεχίσετε στην επόμενη εκδρομή. Η τελευταία διαθέσιμη ώρα συμμετοχής είναι στις 3:00 μ.μ., όμως τότε δεν επιτρέπεται πλέον η χρήση των θερμών πισινών με μεταλλικά νερά.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 2 ώρες, συν χρόνος στις θερμές πηγές
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, οι δραστηριότητες που αναφέρονται

---

29 Tubing στον ποταμό Arenal – Go Adventure Park

Η περιπέτεια ξεκινά με μια σύντομη πεζοπορία μέσα στο δάσος μέχρι το χωριό των Maleku, όπου η τοπική κοινότητα θα σας παρουσιάσει για περίπου 15 λεπτά τον πολιτισμό, την παραδοσιακή ιατρική και τις παραδόσεις της. Στη συνέχεια, παραλαμβάνετε τις ατομικές σαμπρέλες (tubes) και περπατάτε περίπου 10 λεπτά μέχρι το σημείο εισόδου στον ποταμό. Μετά από μια σύντομη ενημέρωση για την ασφάλεια, θα κατεβείτε μόνοι σας τον ποταμό Arenal, διασχίζοντας περάσματα κατηγορίας I, II και III μέσα σε κρυστάλλινα νερά, ανάμεσα σε πλούσια βλάστηση, βραχώδεις σχηματισμούς και μικρούς καταρράκτες. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με επίσκεψη στο Hotel Montaña de Fuego, όπου θα έχετε πρόσβαση στις φυσικές θερμές πισίνες και στα λασπόλουτρα.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 2 ώρες, συν χρόνος στις θερμές πηγές
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, οι δραστηριότητες που αναφέρονται



30 Zip Line και Tubing – Go Adventure Park

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες, συν χρόνος στις θερμές πηγές
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, οι δραστηριότητες που αναφέρονται

---

31 Rafting στον ποταμό Sarapiquí από τη La Fortuna

Απολαύστε μια διαδρομή rafting 14 χιλιομέτρων σε περάσματα κατηγορίας II και III, μέσα σε καθαρά, σχεδόν ανεπηρέαστα από ρύπανση νερά. Οι ανθρώπινοι οικισμοί κατά μήκος της διαδρομής είναι ελάχιστοι και οι όχθες του ποταμού προστατεύονται, προσφέροντας πολλές ευκαιρίες για κολύμπι σε ήρεμες φυσικές λίμνες και για να ζήσετε τη συγκίνηση των ορμητικών νερών.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 7 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, σνακ με φρούτα και γεύμα

---

32 Σπήλαια Venado – Υπόγεια Περιπέτεια

Τα Σπήλαια Venado βρίσκονται σε μια ιδιωτική φάρμα, 25 χλμ. βόρεια της La Fortuna de San Carlos, στη βόρεια περιοχή της Κόστα Ρίκα. Αυτή η αξέχαστη εκδρομή ξεκινά από το σημείο όπου οι υπόγειες στοές αναδύονται από την πλαγιά του βουνού. Ένας ποταμός που διασχίζει τα σπήλαια έχει διαβρώσει τα τοιχώματα και το δάπεδο αυτού του ασβεστολιθικού λόφου, δημιουργώντας με την πάροδο του χρόνου οκτώ εντυπωσιακές αίθουσες, διακοσμημένες με σταλακτίτες, σταλαγμίτες, κοχύλια, απολιθώματα και κρυστάλλους. Η εξερεύνηση διαρκεί περίπου δύο ώρες και καλύπτει περίπου ένα μίλι, περνώντας από μικρούς, περίτεχνους θαλάμους και καταλήγοντας σε μεγάλες φυσικές καμινάδες, όπου μπορείτε να δείτε νυχτερίδες — και περιστασιακά αράχνες. Ορισμένοι βραχώδεις σχηματισμοί έχουν πάρει ονόματα από το σχήμα τους, όπως η «Παπάγια» και το «Θυσιαστήριο», όπου βρίσκεται μια μικρή φωσφορίζουσα φάτνη. Μετά τη μοναδική εμπειρία του απόλυτου σκοταδιού μέσα στα σπήλαια, υπάρχει χρόνος για ντους και αλλαγή ρούχων.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

---

33 Λίμνη Arenal – El Castillo: Εκδρομή με ποδήλατο Μισής Ημέρας

Απολαύστε μια διαδρομή με ποδήλατο κατά μήκος ενός παλιού μονοπατιού μέσα στο τροπικό δάσος, εκεί όπου το Ηφαίστειο Arenal συναντά τη λίμνη. Από το σημείο θέας, θαυμάστε τον σχεδόν τέλειο κωνικό σχηματισμό του ηφαιστείου.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, μεταφορά, εμφιαλωμένο νερό και σνακ

---

34 Επίσκεψη σε Αγρόκτημα & Γεύμα

Μετά από μια σύντομη διαδρομή 10 λεπτών, φτάνετε στο αγροοικολογικό αγρόκτημα Agua Azul, λίγο έξω από τη La Fortuna. Η εκδρομή ξεκινά με ένα δροσιστικό ποτό από φρέσκα τοπικά φρούτα, ενώ ο ξεναγός σας παρουσιάζει τις βιώσιμες πρακτικές του αγροκτήματος και τις παραδόσεις της Κόστα Ρίκα. Δοκιμάστε να αρμέξετε μια αγελάδα, γευτείτε σπιτικό λικέρ, σοκολάτα και φρέσκο γάλα και παρακολουθήστε τη διαδικασία παρασκευής παραδοσιακού αποστάγματος. Θα δοκιμάσετε επίσης χυμό ζαχαροκάλαμου αναμεμειγμένο με προϊόντα του αγροκτήματος και θα επισκεφθείτε έναν αρχαιολογικό χώρο, όπου θα γνωρίσετε αντικείμενα των ιθαγενών και θα παρασκευάσετε χειροποίητο κακάο. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με ένα νόστιμο γεύμα, παρασκευασμένο με φρέσκα προϊόντα του αγροκτήματος — μια αυθεντική γνωριμία με τον πολιτισμό και τις παραδόσεις της Κόστα Ρίκα.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 4 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, σνακ με φρούτα και γεύμα



35 Σαφάρι με Σκάφος στο Caño Negro (Río Frío)

Ταξιδέψτε μέσα από τις πεδινές περιοχές του San Carlos, περνώντας από φυτείες ανανά και ζαχαροκάλαμου, μέχρι το Los Chiles. Εκεί θα επιβιβαστείτε σε μηχανοκίνητο σκάφος για μια δίωρη ξενάγηση στο Καταφύγιο Άγριας Ζωής Caño Negro, ένα από τα σημαντικότερα οικοσυστήματα της Κόστα Ρίκα, όπου θα έχετε την ευκαιρία να παρατηρήσετε πιθήκους, ερωδιούς, βραδύποδες, ιγκουάνα, καϊμάν και πολλά ακόμη είδη. Αυτός ο σημαντικός υγροβιότοπος αποτελεί προστατευόμενη περιοχή RAMSAR, γνωστή για τη μετανάστευση των πουλιών και την προστασία απειλούμενων ειδών.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 8 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, σνακ με φρούτα και γεύμα

---

36 Kayaking στη Λίμνη Arenal (ή Stand-Up Paddleboarding)

Κατευθυνθείτε προς τη Λίμνη Arenal, τη μεγαλύτερη και σημαντικότερη λίμνη της Κόστα Ρίκα. Κωπηλατήστε στα κρυστάλλινα νερά της, απολαμβάνοντας την εντυπωσιακή θέα προς το ηφαίστειο και το τροπικό δάσος. Είτε επιλέξετε kayak είτε stand-up paddleboard, η εμπειρία αυτή προσφέρει την ιδανική ισορροπία ανάμεσα στη χαλάρωση και τη δράση.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 3 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, νερό και σνακ

---

37 Εθνικό Πάρκο Ηφαιστείου Tenorio από τη La Fortuna

Επισκεφθείτε το Εθνικό Πάρκο Ηφαιστείου Tenorio, όπου βρίσκονται τέσσερις ηφαιστειακές κορυφές και δύο κρατήρες, με το υψηλότερο σημείο να φτάνει τα 1.913 μέτρα. Περπατήστε μέσα στο δάσος μέχρι τον διάσημο καταρράκτη Río Celeste. Το μονοπάτι οδηγεί στο σημείο Teñideros, όπου ο κύριος ποταμός συναντά έναν μικρότερο παραπόταμο και αποκτά το χαρακτηριστικό γαλάζιο χρώμα του, το οποίο οφείλεται στα μεταλλικά στοιχεία του νερού, όπως ο χαλκός και το θείο.
ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ: Οι οργανωμένες ομάδες με ξεναγό και μεταφορά καταβάλλουν US$25 ανά άτομο για το εισιτήριο εισόδου. Στην περίπτωση αυτή, δεν περιλαμβάνεται γεύμα.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 8 ώρες
ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ: Τοπικός ξεναγός, γεύμα και είσοδος




